بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

سلسلہ ۲۴۴

آسان طبّی نسخے

مرتبہ

حضرت مولانا پروفیسر ڈاکٹر غلام مصطفٰی خاں صاحب
ایم اے ایل ایل بی ـ پی ایچ ڈی ڈی لٹ
سابق صدر شعبۂ اردو سندھ یونیورسٹی حیدر آباد

صدیقی ٹرسٹ
صدیقی ہاؤس الفلاح اپارٹمنٹس ۵۵ گارڈن ایسٹ نزد لسبیلہ چوک کراچی
صدیقی ٹرسٹ پوسٹ بکس ۶۰۹ کراچی

[redacted]

تبلیغ و اصلاح

تبلیغ و اصلاح کے لئے جہاد کے جذبہ کی ضرورت ہے مسلمان جو عبادت و اطاعت کیلئے پیدا کیا گیا تھا اب خود اپنی تعلیمات کو فراموش کر رہا ہے اگر آپ اس کی ضرورت محسوس نہیں کریں گے تو الحاد، لادینی اور بے حیائی کا طوفان پوری قوم کو تباہ کر دے گا۔

اس امر کے باوجود کہ آپ نماز، روزہ اور شعائر اسلامی کے پابند ہیں تبلیغ کے فرض کفایہ کی ذمہ داری سے سبکدوش نہیں ہو سکتے۔

بنی اسرائیل کی تاریخ گواہ ہے کہ کوئی قوم ہلاکت سے محفوظ نہیں ہے تا وقتیکہ وہ خود بھی عمل کرے اور اپنے بھائیوں کی اصلاح کیلئے بھی کوشش کرے

یہ آپ کا فرض ہے اس کار خیر اور صدقہ جاریہ میں حصہ لیجئے۔

ان رسائل کی اشاعت اور مفت تقسیم کے لئے تعاون کیجئے خود شامل کیجئے یا اپنے عطیات بذریعہ چیک ڈرافٹ اور منی آرڈر صدیقی ٹرسٹ کے نام بھیجئے

آپ بھی اسلامی تعلیمات پر عمل کیجئے اور اپنی اولاد کو دین کی بنیادی تعلیم سے آراستہ کیجئے یہ ان کا حق اور آپ کا فرض ہے۔ اس کی جواب دہی آپ کے ذمہ ہے۔ اللہ تعالیٰ توفیق عطا فرمائے۔ آمین

صدیقی ٹرسٹ
صدیقی ہاؤس النظر اپارٹمنٹس
۴۵۸ گارڈن ایسٹ نزد سبیل والی مسجد کراچی ۷۴۸۰۰

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

مقدمہ

میرے بزرگوں کے اور چند کرم فرما حضرات کے یہ مجرب نسخے خلقِ خدا کے فائدے کے لیے یہاں درج کیے جاتے ہیں۔ کوئی صاحب بھی انہیں شائع کر سکتے ہیں اور ثواب میں شریک ہو سکتے ہیں۔ عزیزم مکرم محمد ہارون صاحب اور دیگر عزیزوں نے ان کی طباعت میں حصہ لیا ہے اور اب یہ کتابچہ چھٹی بار شائع کیا جا رہا ہے۔ عزیزم محترم حکیم محمد رفیق صاحب نے اس مرتبہ خود ہی ترتیب فرمائی ہے اللہ پاک ان سب حضرات کو اجرِ عظیم عطا فرمائے اور خلقِ خدا کو زیادہ سے زیادہ فائدہ پہنچائے۔ آمین ثم آمین۔

دراصل پیٹ کی خرابی سے بہت سے امراض پیدا ہوتے ہیں اور یہ خرابی زیادہ تر بناسپتی گھی وغیرہ سے پیدا ہوتی ہے۔ کمر درد، کندھے بھاری ہونا، سر بھاری ہونا، آدھے سر کا درد ہونا، درد گردہ، بلڈ پریشر، ذیابیطس، دل کا عارضہ، پنڈلیوں اور گھٹنوں کا درد، پتھری، جنون، آنکھوں کی کمزوری وغیرہ بکثرت امراض اسی پیٹ کی خرابی سے پیدا ہوتے ہیں (جنون کے ذیل میں صفحہ ۱۸ - ۱۹ میں بھی یہ امراض درج ہیں) حدیث شریف کے ارشاد کے مطابق اپنی خوراک کا صرف ایک تہائی کھانا ہی صحت کے لیے زیادہ مفید ہے اور ابلا ہوا کھانا بہت زود ہضم اور مفید ہوتا ہے۔ کھانے کے بعد ایک دو عدد انجیر اور سوتے وقت ۲، ۲ چمچی روغن زیتون (دودھ کے ساتھ) استعمال کرنا صحت اور توانائی کے لیے اکسیر ہے —— یہ امر باعثِ مسرت ہے کہ انسانی ہمدردی اور خدمتِ خلق کے جذبہ کے تحت اب یہ رسالہ صدیقی ٹرسٹ کراچی شائع کر رہا ہے۔ اللہ کریم نافع فرمائے۔ آمین۔

فقط: احقر غلام مصطفٰے خان

فہرست

آسان طبّی نسخے

از حضرت مولانا پروفیسر ڈاکٹر غلام مصطفٰے خاں صاحب

آنکھوں کی تکلیف روغن زیتون ایک تولہ میں کافور دو تین ماشہ پیس کر ملائیں۔ صبح اور سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں لگایا کریں۔ عینک بھی کوئی لگاتا ہو تو انشاءاللہ عینک چھوٹ جائے گی۔ موتیا بند اتر رہا ہو یا اُتر چکا ہو تو انشاءاللہ تین ماہ تک استعمال کرنے سے صاف ہو جائے گا۔

استسقاء تخم اژدڑی۔ قلمی شورہ برابر لے کر آک کے دودھ میں ملا کر پیس کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنالیں۔ صبح۔ دوپہر۔ شام دو دو گولیاں کھلائیں۔ ایک گھنٹے بعد گیہوں کی روٹی اور ارہر کی دال یا خشکہ دیں اس کے علاوہ کچھ نہ دیں۔

دیگر: اونٹنی کا دودھ خوب پلائیں۔

انسانی صحت کے لیے کالی ہڑ کا یا کلپ ہے

کالی ہڑ (ہلیلہ سیاہ)

اگر کوئی شخص ہمیشہ استعمال کرے تو انشاء اللہ ہمیشہ صحت مند رہے گا یہ نسخہ حضرت نصیر الدین چراغ دہلوی رحمۃ اللہ علیہ کا ہے۔

کالی ہڑ موٹی موٹی پیس لیں اور سوتے وقت چار ماشہ کھائیں اور اس کے ساتھ یہ بھی کھائیں۔

(۱) مئی، جون میں چار ماشہ گڑ۔
(۲) جولائی، اگست میں ایک ماشہ نمک۔
(۳) ستمبر، اکتوبر میں چار ماشہ شکر یا مصری۔
(۴) نومبر، دسمبر میں ایک ماشہ سونٹھ۔
(۵) جنوری، فروری میں ایک ماشہ پیپل (فلفل دراز)
(۶) مارچ اپریل میں چار ماشہ شہد

ہلیلہ سیاہ کو پہلے گھی میں تر کر لیں تو بہتر ہوگا لیکن اگر اس طرح کھانے میں دقت ہو تو صرف کالی ہڑ کھا کر اوپر سے ایک پاؤ گرم دودھ سوتے وقت پی لیا کریں۔ پیٹ صاف رہے گا اور دوسری بیماریاں قریب نہیں آئیں گی۔ انشاء اللہ۔

افیون چھڑانے کے لیے

جائفل ایک حصہ۔ ارنڈی کی نرم کونپل دو حصے۔ اس وزن سے پیس کر گولیاں بنا لیں۔ جتنی افیون کھاتے ہوں اسی وزن کے برابر یہ گولیاں کھائیں بہت مفید ہے انشاء اللہ۔

باد اور ریح

دھنتر ایک مشہور وید تھا اس نے کہا تھا۔

سونٹھ، سہاگا، کالا نون — ہینگ بھی ڈالو اس میں بھون
چار باد چوراسی سول — کہے دھنتر رہے نہ مول

دھنتر وید کی تشخیص تھی کہ چار قسم کی ریح (Gas) ہوتی ہے اور چوراسی قسم کے درد ہوتے ہیں۔ ان سب کے لیے یہ چاروں چیزیں برابر برابر کر استعمال کرائیں۔ سب کو پیس لیں اور لیموں کے عرق میں خشک کریں۔ ہر کھانے کے آدھے گھنٹے بعد چھ ماشہ (آدھا تولہ) کھائیں۔

دیگر:- آدھا تولہ تخم بارتنگ یا تخم بالنگا ایک پاؤ گرم دودھ میں ملا کر سوتے وقت کھلائیں۔ ریاح کو جذب کرتا ہے قبض نہیں رہتا۔

دیگر:- پیپل۔ سیاہ مرچ۔ سفید مرچ۔ سیاہ زیرہ۔ سیاہ نمک رائی۔ ہالون، تخم مولی۔ ہیرا ہینگ۔ نوشادر۔ کلونجی سب ایک ایک تولہ پیس کر شربت عناب ۲۲ تولہ میں ملا کر رکھ لیں۔ ہر کھانے کے بعد ۹ ماشہ تک کھائیں لذیذ و مفید ہے۔

بدہضمی اور ہیضہ

آک کے پھولوں کے اندر کی لونگ ۲ دو تولہ، ادرک دو تولہ۔ پانچوں نمک ۳۔۳ ماشہ، سیاہ مرچ ۲ تولہ۔ سب کو کوٹ پیس کر عرق لیموں میں ملا کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنالیں اور سائے میں خشک کرلیں۔ مریض کو ایک ایک گھنٹے میں ایک ایک گولی کھلائیں۔ شدت مرض میں دو دو گولیاں دیں۔

ہیضہ:- پودینہ دیسی۔ نمک سیاہ۔ مرچ سیاہ۔ اجوائن کی کلیاں

ہر ایک دو دو تولہ ۔ چھوٹی الائچی تین ماشہ ۔ نوشادر ۴ تولہ سب کو پیس کر سرکہ ملا کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنالیں ۔ دہی یا املی کے پانی یا عرق لیموں میں ایک ایک گولی مریض کو کھلائیں ۔

میرے نانا عبدالقادر خان صاحب نے لکھا ہے کہ کسی مریض کو تین گولیوں سے زیادہ دینے کی ضرورت نہیں پڑتی ۔

دیگر : کافور (CAMPHOR) ست اجوائن (THYMOL) ست پودینہ یا پیپر منٹ (MENTHOL) تینوں چیزیں ہم وزن لے کر ایک شیشی میں رکھ دیں ۔ یہ پانی بن جائے گا اس کو امرت دھارا کہتے ہیں ۔ ہیضہ ، پیچش اور بدہضمی کے لیے مریض کو چار یا پانچ قطرے قدرے شکر یا پانی یا کیپسول میں ڈال کر دیں ۔ بہت مفید ہے ۔ شدید قے کی حالت میں برف چوسائیں اور ایک دو قطرے گلوکوز اور ذرا سے نمک کے ساتھ دیں ۔

دیگر فائدے : مسکن درد ہے مثلاً دردِ سر ۔ کان کے درد کے لیے دو قطرے چار قطرے سرسوں کے تیل میں ملا کر نیم گرم کر کے ڈالیں ۔ کاسر ریاح بھی ہے ۔ معمولی زہریلے جانوروں کے مقام پر خوب ملنے سے آرام ملتا ہے ۔ پیٹ یا معدہ کے درد ۔ بدہضمی ۔ ہیضہ ۔ اسہال ۔ قے ۔ پیچش ۔ طاعون وغیرہ میں نافع ہے ۔

باری کا بخار

بخار آنے والے دن میں بخار آنے سے ایک گھنٹہ پہلے آک کی بالکل اوپر کی کونپلیں $2\frac{1}{2}$ عدد لے کر پان میں رکھ کر کھلا دیں ۔ بہت مفید ہے اسی دن یا ایک اور باری دا

دن میں کھلانے سے آرام ہوگا۔

بچوں کی پسلی چلنا یا نمونیا

لہسن کی ایک دو جوئے لے کر آگ میں خوب جلائیں۔ جب کوئلہ ہو جائے تو پیس کر دودھ میں ملا کر پلائیں۔ انشاءاللہ بیس منٹ میں بچہ اچھا ہو جائے گا۔

بڑوں کا نمونیا

سیاہ مرچ ۲۱ عدد۔ گندم کے آٹے کی بھوسی چھ ماشہ۔ میتھی دانہ ۶ ماشہ۔ ملہٹھی ۶ ماشہ سب کو ایک پاؤ پانی میں جوش دیں۔ جب آدھا رہ جائے تو چھان کر ایک تولہ شہد ملا کر پلائیں بہت مفید ہے۔

برص

بابچی اور شکر سفید برابر برابر لے کر کوٹ پیس لیں۔ ہر روز ایک ماشہ چالیس دن تک کھلائیں۔ مقام ماؤف پر چھالا (آبلہ) پڑ کر اچھا ہو جائے گا۔ غذا میں مونگ کی دال اور گیہوں کی روٹی (گھی کے ساتھ) کھلائیں۔

دیگر: کرنجوہ کا مغز پیس کر لگائیں اور اسی کا سفوف ۲ ماشہ روز کھلائیں۔

دیگر: جدوار پیس کر چالیس دن تک لگانا مفید ہے۔

دیگر: امربیل کا عرق ایک تولہ، شہد ایک تولہ ملا کر نہار منہ پلائیں۔

دیگر: بارہ سنگھا کا سینگ گھس کر لگائیں۔

بال خورہ

تلوں کا تیل ۵ تولے لے کر اس میں دو ماشہ افیون حل کر کے مالش کریں۔

دیگر: بال خورے کی جگہ کو استرے سے صاف کر کے لہسن پیس کر مقام پر لیپ کر دیں۔ جب لہسن خشک ہو جائے یا بہت جلن محسوس ہو تو ہٹا کر روغن بیضۂ مرغ (انڈے کا تیل) اس جگہ خوب جذب کر دیں۔

بواسیر

یہ بیماری بھی پیٹ کی خرابی، مرغن۔ تیز مرچ اور مچرب غذاؤں سے پیدا ہوتی ہے۔ بادی بواسیر میں خارش اور ورم وغیرہ کی تکلیف ہوتی ہے۔ گرم پانی (برداشت کے مطابق کسی برتن میں بھر کر تھوڑا سا ڈیٹول (DETTOL) ملا کر اس میں بیٹھیں انشاءاللہ بہت سکون ملے گا۔ اور چند روز میں بادی بواسیر دور ہو جائے گی — یہ نسخہ بھی بنالیں — رسوت اصلی۔ مغز تخم نیم۔ کافور۔ ان تین چیزوں کو ایک ایک تولہ پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ دن میں تین مرتبہ دو دو گولیاں کھلائیں۔

اگر خونی بواسیر ہو۔ (اس میں خارش وغیرہ نہیں ہوتی) تو اس نسخے میں گل ارمنی (ایک قسم کی لال مٹی ہے) اوپر والی دواؤں کے ہم وزن ملا کر گولیاں بنالیں اور دو دو گولیاں دن میں تین مرتبہ کھلائیں۔

خونی بواسیر

خونی بواسیر کے لیے تارامیرا (یعنی کڑوے سرسوں کے دانے) بھی بہت مفید ہے۔ یہ دانے تین چار

مرتبہ (۹ ماشہ) چبا کر کھاتے رہیں۔ ایک ہفتہ میں انشاء اللہ آرام ہو جائیگا۔

دیگر: کالی زیری ۳ ماشہ پیس کر مکھن کے ساتھ تین دن تک نہار منہ کھلائیں یہ بھی خونی بواسیر کے لیے بہت مفید ہے۔

دیگر: دو کنستروں کی بہنگی بنالیں اور اس میں مٹی بھر کر کندھوں پر رکھ کر ہر روز چند رہ منٹ تک ٹہلا کریں۔ انشاء اللہ تین ہفتے میں آرام ہو جائے گا۔ بہشتی یا کہار کو یہ مرض نہیں ہوتا۔

بستر پر پیشاب نکل جانا

مغز جفت بلوط۔ مصطگی رومی کندر ہم وزن پیس کر سفوف بنالیں۔ ایک ایک ماشہ دن میں تین مرتبہ دیں۔

دیگر: تل سیاہ ۵ تولہ۔ اجوائن دیسی ڈھائی تولہ۔ منقی ایک تولہ یا گڑ دو تولہ سب کو سل پر کوٹ پیس کر یکجان کرکے رکھ لیں ہر روز سوتے وقت ۲ تولہ کھلائیں۔ یہ دوا پیشاب زیادہ آنے کے مرض کو بھی دور کرتی ہے۔

بچھو کے لیے

پانی میں گاڑھا گاڑھا نمک کا لیپ لگائیں یا امرت دھارا خوب جذب کردیں۔

پتھری کے لیے

ایک کچا ناریل جس میں مغز اور پانی ہوتا ہے لے لیں۔ اوپر سوراخ کرکے پانی نکال دیں اور کالے نمک کا سفوف اس میں بھر دیں پھر سوراخ گیلے آٹے سے بند

کردیں اوپر سے ٹاٹ لپیٹ دیں اور مٹی چھاپ دیں یعنی گل حکمت کردیں۔ پھر قریب پندرہ سیر اُپلوں میں رکھ کر جلا دیں۔ جب خول بھی جل جائے تو اندر ایک لڈو کی طرح مغز اور نمک ایک جان ہو جائے گا وہ نکال لیں اور اس کے برابر عمدہ قسم کا کھانے والا مثلاً ٹھیکری نوشادر ملا کر کوٹ چھان کر سفوف بنالیں۔ دن میں تین مرتبہ ایک ایک چٹکی اس دوا کی کھلا کر اوپر سے خوب پانی پلائیں یعنی بیک وقت ایک دو گلاس سیر ہو کر پلائیں۔ جب دوا کھائیں تو ان دنوں خوب پانی پلائیں۔ چھوٹی پتھریاں تو بہت جلد نکل جاتی ہیں۔ انشاء اللہ

پرانا بخار اور قبض

چرائتہ۔ پت پاپڑا۔ ناگر موتھا۔ کٹکی۔ سونٹھ۔ ہم وزن لے کر کوٹ پیس لیں۔

خوراک:۔ تین ماشہ کھا کر نیم گرم پانی پی لیں۔

پیٹ کے کیچوے اور دوسرے کیڑے

نسخہ: پنیر بوٹی ایک تولہ لے کر ایک پاؤ پانی میں جوش دیں۔ پھر چھان کر رات کو پلا دیں۔ انشاء اللہ چار پانچ دن پلانا کافی ہوگا۔ (پنیر بوٹی کو طب میں تخم حیات کہتے ہیں)

پیشاب بند ہونا

اگر پیشاب بند ہو گیا ہو تو ناف میں بھینس کے کان کا میل رکھیں۔ انشاء اللہ آدھے گھنٹے میں خوب کھل کر پیشاب آجائے گا۔

دیگر: قلمی شورہ تھوڑا گیلا کر کے ناف میں رکھیں اور قلمی شورہ جوا کھار تین تین ماشہ لے کر بکری کے دودھ کی لسی میں ملا کر پلائیں۔

دیگر: ایک لڑکی کو تیرہ دن تک پیشاب نہ ہوا تو حکیم سلطان محمود جھوپالی مرحوم نے یہ نسخہ دیا:

تخم کرفس ۳ ماشہ۔ بیخ بادیاں ۴ ماشہ، سونف چار ماشہ۔ انیسون چار ماشہ۔ بیخ کرفس چار ماشہ۔ زیرہ سفید تین ماشہ، کرویا تین ماشہ اجوائن دیسی ۳ ماشہ۔ بالچھڑ تین ماشہ۔ گل سرخ تین ماشہ۔ درج تین ماشہ فو الصغ تین ماشہ۔ ریوند چینی دو ماشہ۔ مویز منقیٰ ۹ دانہ۔ ملٹھی تین ماشہ۔ انجیر زرد ایک عدد سب کو جوش دے کر چھان کر قدرے شکر ملا کر نو ماشہ روغن بید انجیر (ارنڈی کا تیل) ملا کر صبح و شام دیں۔ اور گل خطمی ایک تولہ برگ بینھا او ایک تولہ۔ گل بابونہ ایک تولہ۔ اکلیل الملک (ناخونہ) ایک تولہ۔ تلو خشک ایک تولہ۔ گل معصفر (کسم) ایک تولہ۔ گل ٹیسو ایک تولہ۔ سبوس گندم ایک تولہ۔ پرسیاوشان ایک تولہ۔ تخم کرفس ایک تولہ۔ تخم حلبہ ایک تولہ۔ اتنے پانی میں کہ مریض بیٹھ سکے ان سب دواؤں کو خوب پکا کر اس کے نیم گرم پانی میں مریض کو بٹھائیں۔

پیٹ کی صفائی اور دردِ گردہ

سنا: تین تولہ، سونف ½۲ تولہ کالی ہرڑ دو تولہ، مغز املتاس چار تولہ، مغز بادام ایک تولہ، مصری یا شکر ½۲ تولہ گلقند یا گلاب کے پھول تین تولہ پیس کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنائیں ہر روز سوتے وقت ایک یا دو گولیاں دیں۔

دیگر: سونف ایک تولہ۔ سونٹھ تین ماشہ۔ سنا تین تولہ پیس کر آدھی آدھی چمچی دن میں تین مرتبہ کھلائیں۔ پیٹ صاف رہنے لگے تو پھر ایک بار کھلائیں، چند روز میں درد گردہ دور ہو جائے گا۔ انشاء اللہ۔

تلی۔ جلندھر اور استسقاء کے لیے

ایک سیر چونا بجھا ہوا لے کر قریب پانچ سیر پانی میں بجھا دیں۔ رات بھر رکھا رہنے دیں تاکہ اس کی گرمی نکل جائے پھر صبح کو اوپر اوپر کا پانی نتھار کر ایک بوتل میں بھر لیں اور اس میں روغن بیو کا عرق ملا دیں۔

طریقہ استعمال: عمر کے لحاظ سے ایک تولہ سے ڈھائی تولہ نہار منہ اور کھانے کے بعد پلائیں۔ انشاء اللہ تین چار دن میں خوب بھوک لگنے لگے گی۔ صحت مند شخص بھی استعمال کر سکتا ہے۔ اللہ کے فضل سے جلندھر (استسقاء) بھی اس سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔

تپ محرقہ یا موتی جھرا

منقی ۷ دانے۔ عناب ۵ دانہ انجیر زرد ۵ دانہ۔ برگ گاؤزبان تین ماشہ خاکسی (خوب کلاں) ۶ ماشہ۔ اگر مریض کو گھبراہٹ ہو تو اسی نسخہ میں گل گاؤزبان تین ماشہ بڑھا لیں۔ سب کو آدھ سیر پانی میں پکا کر ٹھنڈا میں رکھیں۔ ہر چھ گھنٹے بعد آدھا آدھا کپ گرم کر کے شکر سے میٹھا کر کے پلائیں۔ اس کے علاوہ ایک تولہ خوب کلاں صاف کپڑے میں پوٹلی باندھ کر پانی کی صراحی میں ڈال کر رکھیں اور پلائیں۔ مریض کا بستر اور لباس صاف ستھرا رکھیں

اور بستر پر بھی خوب کلاں چھڑک دیں۔

جوارش حکیم ابن سینا

ہلیلہ سیاہ۔ بلیلہ۔ آملہ ہر ایک ساڑھے تیرہ تولہ۔ کلونجی ۹ ماشہ، دارفلفل۔ سونٹھ۔ فلفلموریہ۔ سوا آٹھ تولہ۔ خارخشک۔ بڑی الائچی۔ سعدکوفی۔ ہر ایک ۹-۹ ماشہ کبابہ۔ مغز بھلانواں سوا دو تولہ۔ یہ سب چیزیں تو اسی تولہ تین ماشہ ہو جائیں گی۔ ۲۲۵ تولہ شکر سفید کے قوام میں ملا کر دھیمی آنچ پر پکائیں اور سوا گیارہ ماشہ فی گولی کے حساب سے ۳۶۰ گولیاں بنالیں۔ ہر روز سوتے وقت ایک گولی پانی سے کھائیں۔

جذام

مہندی کی پتیوں کا عرق ایک چھٹانک ہر روز پلائیں مفید ہے۔

جوارش ہاضم و کاسر ریاح

پودینہ خشک دیسی ۵ تولہ سفید زیرہ ۵ تولہ، زیرہ سیاہ مدبر بریاں ۵ تولہ۔ سونٹھ ڈھائی تولہ۔ مرچ سیاہ ڈھائی تولہ۔ بورہ ارمنی ڈھائی تولہ۔ برگ سداب ڈھائی تولہ۔ اجوائن دیسی ½ ۱ تولہ۔ دارچینی سوا تولہ دانہ الائچی خورد ۲ تولہ۔ دانہ الائچی کلاں ڈھائی تولہ۔ سب دواؤں کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں اور حسب ضرورت قند سفید کی چاشنی میں ملا کر معجون جیسی بنا کر مرتبان میں محفوظ کرلیں۔ ہر کھانے کے آدھے گھنٹے میں آدھا چمچہ یا ایک چمچہ خورد کھائیں۔ گیس و ریاح اور بادی۔ پیٹ بڑھنے کے مریضوں کے لیے بہت مفید ہے۔ بھوک کی کمی، متلی، قبض، سینے کی جلن

میں نافع ہے۔ ایسے مریضوں کو آرام طلبی، ڈالڈا گھی، مرغن اور مچرب غذاؤں سے پرہیز کرنا چاہیے۔

جنون

جنون اکثر پیٹ کی مسلسل خرابیوں کی وجہ سے ہوتا ہے اور یہ خرابیاں زیادہ تر بناسپتی گھی کے استعمال سے پیدا ہوتی ہیں۔ ابخرات دماغ کی طرف اٹھتے ہیں۔ بڑھاپے میں بھی دماغ کی خشکی اور پیٹ کی خشکی کی وجہ سے جنون کی کیفیات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ اس مرض کی وجہ سے آنکھوں میں سرخی پیدا ہو جاتی ہے اور لوگ سمجھتے ہیں کہ آسیب یا جن کا اثر ہے۔ بعض مرتبہ ایسا مریض اپنے ہوش میں نہیں رہتا تو جو باتیں دماغ میں پہلے گزر چکی ہیں وہ بھی دہرانے لگتا ہے۔ کبھی کہتا ہے کہ میں فلاں ہوں تو سننے والا یقین کر لیتا ہے کہ واقعی کوئی جن یا آسیب ہے۔ کبھی دماغ کی ایک طرف توجہ کی وجہ سے ایسا مریض پوشیدہ چیزیں بھی ظاہر کر دیتا ہے تو ایسے مریض کو لوگ ولی (روشن ضمیر) سمجھنے لگتے ہیں۔ کسی پر آسیب یا جن کے اثر کی آسان پہچان یہ ہے کہ اس کی آنکھیں دائیں بائیں چلتی ہیں جس طرح ایک کلاک کا پنڈولم چلتا ہے۔ دماغ کا علاج کرنے والے ڈاکٹر علاج کرتے ہیں۔ صرف دماغ کا۔ یعنی یا تو بجلی کے جھٹکے دلواتے ہیں یا کوئی دوا کھلاتے ہیں۔ لیکن وہ اس بات کا خیال نہیں کرتے کہ مرض کا سبب کیا ہے، اس لیے میں نے دیکھا ہے کہ پاگل خانے میں رہ کر مریض بظاہر اچھا تو ہو گیا لیکن اپنے مرض کے سبب کی موجودگی کی وجہ سے پھر جنون میں مبتلا ہو گیا یعنی پیٹ کی خرابی قائم رہی۔ ایسا مریض کبھی ہنستا ہے کبھی روتا ہے۔ کبھی ہاتھ پاؤں دیر تک دھوتا رہتا ہے۔

اور ہر چیز میں گندگی محسوس کرتا ہے۔ نیند نہیں آتی اور نیند آتی ہے تو ڈراؤنے خواب نظر آتے ہیں۔ بعض مریض سمجھتے ہیں کہ میرے پیچھے کوئی کھڑا ہے بعض سمجھتے ہیں کہ میرے سامنے سے کوئی نکل گیا۔ بعض مریض چونکتے رہتے ہیں۔ زیادہ عرصہ کا مریض ہوتا ہے تو مریض سمجھتا ہے کہ مجھے جنات گھیرے ہوئے ہیں ...... بعض کہتے ہیں کہ میرے کان میں کوئی باتیں کرتا ہے۔ بعض بوڑھی عورتیں سمجھتی ہیں کہ پریاں گھیرے ہوئے ہیں۔ بعض کہتے ہیں کہ میرے چاروں طرف جنازے چل رہے ہیں.......

ان تمام کیفیات کا واحد علاج پیٹ کی صفائی ہے۔

نسخہ:۔ کالی ہڑ (ہلیلہ سیاہ) کا موٹا سفوف چھ ماشہ کے قریب سوتے وقت کھلائیں اور ایک پاؤ گرم دودھ پلائیں۔ مریض نہ کھائے تو زبردستی کھلائیں۔ انشاء اللہ چند روز میں صحت ہو جائے گی۔ مستقل طور پر ہر شخص سوتے وقت کھا سکتا ہے اور مقدار اپنی ضرورت کے مطابق کم زیادہ کر سکتا ہے۔ انشاء اللہ ہمیشہ اچھی صحت رہے گی۔ بناسپتی گھی بے حد مضر ہے۔ بالکل استعمال نہ کریں، بلکہ اُبلا ہوا کھانا سب سے بہتر ہے اور سنت بھی۔

دعا برائے دفعیہ جن و جنون

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

قَالَ الْاِمَامُ عَلِیُّ الرِّضَا رضی اللہ تعالیٰ عنہ قَالَ حَدَّثَنِیْ اَبِیْ مُوْسٰی الْکَاظِمُ عَنْ اَبِیْہِ جَعْفَرِ الصَّادِقِ عَنْ

أَبِيهِ مُحَمَّدٍ الباقر عَنْ أَبِيهِ الحسين عن ابيه علی ابن ابی طالب رضی اللہ تعالیٰ عنہم۔
قَالَ حَدَّثَنِي حَبِيبِي وَقُرَّةُ عَيْنِي رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم۔
قَالَ حَدَّثَنِي جبرئیل عَلَيْهِ السلام سَمِعْتُ رَبَّ الْعِزَّةِ سُبْحَانَهُ يَقُولُ۔

یہ عبارت بظاہر نامکمل ہے لیکن بفضلہ تعالیٰ بہت موثر ہے۔ مدینہ منورہ میں مولانا شیر محمد سندھی کو غیب سے یہ عبارت ظاہر ہوئی تھی۔
ہر روز گیارہ مرتبہ پڑھ کر دونوں کانوں میں دم کریں یا پانی دم کر کے پلائیں۔

جوئیں

مغز کرنجوہ پانی میں پیس کر سر پر لگا کر آدھے گھنٹے بعد گرم پانی اور صابن سے سر دھولیں۔

چھاجن

سیاہ نمک آدھی چھٹانک۔ سیاہ زیرہ آدھی چھٹانک۔ نرسچھورا ایک چھٹانک پیس کر رکھ لیں۔ تین تین ماشہ دن میں تین مرتبہ کھائیں۔

دیگر: منڈی۔ شاہترہ۔ بیخ کاسنی۔ چھوٹی ہڑ۔ برگ حنا۔ گل حنا۔ گل نیم۔ سنا۔ چرائتہ۔ امر بیل سب آدھا آدھا تولہ۔ منقے چار عدد۔ عناب چار عدد سب کو بھگو کر رات بھر رکھ چھوڑیں۔ صبح مل چھان کر پی لیں۔ چار دن اسی طرح پئیں۔ پانچویں روز سے سنا دو تو

کردیں۔ اور گلقند دو تولہ بھی ملا کر پییں۔ اس طرح پانچویں، چھٹے اور ساتویں روز اسی طرح استعمال کریں۔ یہ جلاب ہے جب پیٹ صاف ہوجایا کرے تو غذا میں مونگ کی کھچڑی میں کلونجی کے بیج تین ماشہ مغز بادام چار عدد، مصری ۳ ماشہ ملا کر کھائیں۔ ایک ہفتہ میں انشاء اللہ آرام ہوجائے گا۔ چھاجن خشک ہونے لگے تو کوئی مرہم لگائیں۔

چورن : جس سے پتھری بھی بفضل تعالیٰ دور ہوجاتی ہے۔

نسخہ :- سیاہ مرچ۔ پیپل۔ سیاہ نمک۔ سانبھی نمک۔ نوشادر، سہاگا بریاں برابر لے کر پیس لیں۔ یہ تیز ہوتا ہے۔ بعد غذا تھوڑا تھوڑا کھائیں۔ پھر نیم گرم پانی لیں اگر سرد پانی کے ساتھ کھائیں تو دست بھی بند ہوجاتے ہیں۔ پتھری والوں کو اس کے کھانے کے بعد پانی بہت پینا چاہیے۔

چورن : جو شیر خوار بچوں سے لے کر بوڑھوں تک کے لیے بہت مفید ہے۔

نسخہ : سونف ۴ تولہ۔ اجوائن دیسی ۲ تولہ۔ نرکچور ۲ تولہ نوشادر ۲ تولہ۔ سہاگا بریاں ۲ تولہ۔ نمک سیاہ ۲ تولہ۔ سب کو پیس کر عرق لیموں میں خشک کریں۔ خوراک: چھوٹے بچوں کو ایک چٹکی (دودھ) میں کھلائیں اور بڑوں کو تین ماشہ سے آدھا تولہ کھلائیں۔

چورن : جو سخت سے سخت قبض دور کرتا ہے۔

نسخہ : جواکھار۔ ترب کھار (نمک مولی) ست لیموں۔ نوشادر قلمی شورہ۔ سب ہم وزن الگ الگ پیس کر ملالیں۔ اگر ایک ساتھ

پیسیں گے تو پانی بن جائے گا۔ خوراک تین رتی پانی سے۔ بہت تیز چورن ہے۔ زیادہ اور نہار منہ نہ کھائیں۔

خارش

گندھک ۳ ماشہ۔ گڑ آدھی چھٹانک دونوں کو پیس لیں اور تلوں کے تیل آدھی چھٹانک میں بہت دھیمی آنچ پر پکائیں۔ اوپر جھاگ آئے گا اس جھاگ کو علیحدہ رکھتے جائیں جب وہ خشک ہونے لگے تو اس سے گولیاں بنالیں۔ صبح دوپہر شام کو ایک ایک گولی (تین دن) کھائیں اور جو تیل بچ جائے اس سے دھوپ میں بیٹھ کر مالش کریں۔

دیگر:۔ رال سفید اور کتھا ہم وزن پیس کر تلوں کے تیل میں ملا کر لگائیں۔

دیگر:۔ کافور ایک تولہ گندھک ایک تولہ پیس کر تارپین کے تیل میں خوب کھرل کر کے رکھ لیں (مکھن کی طرح چکنا پن پیدا ہو جائے) یہ خارش کے لیے بھی مفید ہے اور داد کے لیے بھی۔ صبح و شام داد کو کھجلا کر انگلی سے لگائیں انشاءاللہ سات دن میں کلی فائدہ ہو جائے گا۔

خونی پیچش

کتھا سفید تین ماشہ لے کر شربت انار میں ملا کر چٹائیں۔

دیگر: بہدانہ ۳ ماشہ۔ حب الآس ۳ ماشہ بیلگری کوٹ کر ۹ ماشہ۔ بیخ انجبار کوٹ کر ۹ ماشہ۔ ریشہ خطمی کوٹ کر ۳ ماشہ آدھ سیر گرم پانی میں بھگو دیں۔ پھر مل چھان کر آدھا آدھا کپ اس دوا کا لعاب ہر تین یا چار گھنٹے بعد پلائیں۔

دیگر: اسپغول ثابت۔ تخم ریحان ثابت۔ تخم کنوچہ ثابت نشاستہ۔ تخم حماض بریاں۔ گوند ببول۔ گل ارمنی، طباشیر اصلی ہر دوا ہم وزن لیں۔ پہلی تین دواؤں کے علاوہ سب دواؤں کو پیس کر سفوف بنالیں اور تینوں ثابت والی دواؤں کو اس میں ملا دیں۔
خوراک تین ماشہ سے ۶ ماشہ تک۔ پانی یا شربت انجبار کے ساتھ یا اس سے اوپر والے نسخے کے لعاب کے ساتھ دن میں دو تین مرتبہ کھلائیں۔ ہر قسم کی پیچش اور مروڑ میں نافع ہے۔ انشاء اللہ

خشک کھانسی اور کالی کھانسی

کاکڑا سینگی ۲ ماشہ۔ بنفشہ چین ۴ ماشہ۔ سیاہ مرچ ۱۴ عدد پیپل ۲ ماشہ۔ گوند ببول ۳ ماشہ۔ رب السوس ۴ ماشہ۔ سلارس ۴ ماشہ سب پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں اور چوستے رہیں۔ مفید ہے۔

دیگر: نزلہ والی کھانسی کے لیے شہد میں ہلدی کا سفوف ملا کر چٹائیں۔

دیگر: خشک کھانسی کے لیے اجوائن دیسی ایک چھٹانک۔ شیشہ نمک یا لاہوری نمک ایک تولہ توے پر جلا دیں۔ صبح و شام مکھن کے ساتھ دیں۔

دیگر: کتیرا گوند۔ ببول کا گوند۔ نشاستہ گندم۔ بہدانہ۔ بیج تال مکھانا سکر تیغال۔ مغز تخم کدو شیریں۔ مغز بادام۔ خشخاش سفید۔ ملٹھی مقشر ہر دوا ہم وزن کوٹ پیس کر چنے سے ذرا بڑی گولیاں بنالیں۔ دن میں کئی بار منہ میں رکھ کر چوسیں۔ خشک کھانسی میں مفید ہیں۔

دماغ کی کمزوری

سات عدد منقے (تخم دور کرکے) دھوکر آدھ پاؤ دودھ میں رات کو بھگو دیں۔ صبح نہار منہ دودھ اور منقے کھالیں۔ ایک ہفتہ استعمال کریں۔ پھر وقفے وقفے سے بھی استعمال کرسکتے ہیں۔

دردِ گردہ

ست خربوزہ ایک چٹکی بھر کھا کر پانی پی لیں۔
خربوزے کے چھلکے جلا کر تھوڑے سے پانی میں حل کرکے نرم آگ پر رکھ دیں۔ پانی خشک ہوجائے گا اور جو کچھ بچے گا وہ خربوزہ کا ست ہوگا۔

دیدان شکم

رات کو کھانے کے بعد تھوڑا گڑ کھلا دیا کریں اور صبح نہار منہ ½ ا تولہ باؤ بڑنگ اور گیارہ ماشہ پرانی چھالیا پانی میں جوش دے کر پلائیں۔ انشاءاللہ ایک ہی دن میں سب کیڑے نکل جائیں گے۔ احتیاطاً ایک دو دن اور اسی طرح پلا دیں۔

دمہ اور سانس پھولنا

(۱) منقے آدھ پاؤ (۲) مغز بادام ایک چھٹانک (۳) شکر سفید آدھی چھٹانک (۴) سیاہ مرچ پاؤ چھٹانک سب کو کوٹ پیس کر یکجان کرکے رکھ لیں۔ سوتے وقت ایک سے دو تولہ تک کھائیں۔ اوپر سے پانی نہ پئیں۔

دمہ کا دیگر نسخہ: بادرنجبویہ ۲ ماشہ نیم کر پانی میں جوش دیں اور تھوڑی شکر ملا کر سوتے وقت ایک پیالی پی لیں۔ چند روز میں تنفس، بلغم

وغیرہ دور ہو جائے گا۔ انشاءاللہ

دل کی کمزوری اور گھبراہٹ

برگ گاؤزبان ۵ تولہ طباشیر ایک تولہ پیس کر سفوف بنالیں۔ صبح شام ایک ایک ماشہ کھلائیں۔ مفید ہے۔

ذیابیطس

CEYLON (لنکا) میں کوتل ہند بوٹی ملتی ہے۔ وہ بھی ذیابیطس کے لیے بہت مفید ہے۔

دیگر ذیابیطس کے لیے: دیسی انڈے ۲۱ عدد۔ شہد ایک پاؤ روغن زیتون ایک پاؤ، عرق لیمو دو سیر۔

بنانے کا طریقہ:-

انڈے دھو کر (بغیر توڑے ہوئے) برنی میں رکھ دیں۔ پھر شہد اور روغن زیتون ڈال دیں اور عرق لیمو اتنا بھر دیں کہ سب انڈے ڈوب جائیں۔ برنی کے منہ پر صرف کپڑا باندھیں۔ ڈھکن نہ رکھیں۔ دس دن تک برنی کو ہلا دیا کریں۔ دس دن کے بعد اسٹیل کے چمچے سے انڈوں کو توڑ کر سب میں ملالیں۔ پھر پندرہ دن تک اسی چمچے سے ملاتے رہیں۔ چھبیسویں دن سے دو چمچی صبح ناشتے کے بعد اور دو چمچی رات کو کھانے کے بعد کھالیا کریں۔

دیگر: شیشم (پادِساث) کی چھال جوش دے کر پلائیں۔ ایک وقت میں دو تولہ خوراک ہے۔ بہت مفید ہے۔

دیگر: پنیر بوٹی دو تولہ کو ایک پاؤ پانی میں جوش دے کر

چھان کر پلائیں۔ دن میں تین مرتبہ پلائیں۔ بہت مفید ہے۔

دیگر: پنیر بوٹی ہائی بلڈ پریشر (HIGH BLOOD PRESSURE) کے لیے بھی بہت مفید ہے۔

پنیر بوٹی کو طب میں تخم حیات کہتے ہیں۔ بہت عمدہ چیز ہے۔ یہ خون کو اور پیٹ کو بھی صاف کرتی ہے۔

رتوندی

پیاز کا عرق مقطر کر کے آنکھ میں ٹپکائیں۔

دیگر: خرگوش کا پتا خشک کریں۔ پھر بوقتِ ضرورت صاف پانی میں گھس کر لگائیں۔

دیگر: شیخ الرئیس بو علی سینا کی تجربہ کی دوا: بکری کی صحت مند کلیجی کے کباب بنائیں۔ اس سے جو پانی ٹپکے وہ آنکھ میں لگائیں۔

دیگر: برگ سرس کا عرق آنکھ میں لگائیں۔

دیگر: سوہنجنہ کی نرم و نازک شاخ کا عرق شہد میں ملا کر لگائیں۔

ریزش کے لیے

ریوند خطائی ایک تولہ۔ سونٹھ ایک تولہ گوند ببول حسب ضرورت پیس کر گوندھ کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ نہار منہ اور سہ پہر کو ایک ایک گولی کھائیں۔

زبان بڑھ جائے یا موٹی ہو جائے

سبز کاہو کے عرق کی کلی کریں۔ بہت مفید ہے۔

زبان کا پھٹنا: نمک سانبھر اور گھی اصلی ملا کر زبان پر لگائیں۔

دیگر: بوریکس (BORAX) کا سفوف۔ یا سہاگا بریاں ۳ ماشہ گلیسرین سادہ ایک اونس میں ملا کر لگائیں۔

نزلہ و زکام: بہدانہ تین ماشہ۔ عناب ۵ عدد۔ سپستاں ۱۱ عدد پانی میں جوش دے کر چھان کر ایک ایک کپ صبح و شام تازہ تازہ پلائیں۔

دیگر: پھٹکری سفید ایک تولہ شیر مدار میں کھرل کر کے خشک کر دیں۔ پھر آب برگ دھتورہ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر خشک کر کے دو سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال کر محفوظ کر لیں۔ خوراک ایک رتی بالائی میں ملا کر روزانہ کھلانا دائمی نزلے کا عمدہ علاج ہے۔

چند زہروں کی علامتیں اور اُن کا علاج: زہر خوردہ کے زہر کا پتا چلانے کے لیے ارد گرد کی اشیاء کا غور سے مطالعہ کرنا چاہیے۔ ممکن ہے کوئی زہریلی دوا یا اس کی شیشی پڑی ہو، پھر اس کے بدن اور کپڑوں پر نشانات دیکھیں۔ اس کے سانس کو سونگھیں، بعض چھوٹے بچے مٹی کا تیل یا دیگر زہریلی چیزیں پی جاتے ہیں۔ چنانچہ مٹی کا تیل، افیون، شراب، الکحل، کاربولک ایسڈ کی بو سے زہر کا پتا چل جاتا ہے۔ افیون کے زہر سے پتلیاں پھیل جاتی ہیں۔ منہ اور حلق کے معائنہ سے بھی زہر کا علم ہو جاتا ہے۔ اگر جسم سرد ہو تو گرم پانی کی بوتلیں مریض کے تلووں، رانوں

اور بغلوں میں رکھیں۔ اسے کمبل اوڑھائے رکھیں۔ فوراً قریب کے ڈاکٹر یا ہسپتال سے رجوع کریں...... کچا پارہ کھانے سے درد اعصاب اختلاج۔ گنٹھیا ہو جائے تو چولائی کے نیم گرم کاڑھے سے کم از کم ایک ہفتہ نہانے سے پارہ جوڑوں سے نکل جاتا ہے یا کریلے کی ترکاری بکثرت کھانے سے بھی پارہ جوڑوں سے دور ہو جاتا ہے اسی طرح بکری کا دودھ اور شربت عناب سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

سوکھا کے مرض کے لیے

کچھوے کی ہڈی پانی میں گھس کر دن میں تین مرتبہ چٹائیں۔ اور ریڑھ کی ہڈی پر زیتون کے تیل کی مالش کریں یا کاڈلیور آئل کی مالش کریں۔

دیگر: سونٹھ ایک گرفلے کر پانی میں —— رات بھر بھگوئے رکھیں۔ صبح اسے پیس لیں اور تین دانے سیاہ مرچ کے بھی پیس لیں۔ سب ملا کر گوندھ کر مونگ کے دانے کے برابر گولیاں بنا لیں۔ دن میں تین مرتبہ ایک ایک گولی دودھ میں حل کرکے پلائیں۔

دیگر: زرد کوڑی جلا کر پیس لیں اس میں سے پانچ رتی لے کر عرق لیموں میں ڈال دیں، وہ اُبلنے لگے گا۔ بس اُسی وقت کان میں ڈال دیں۔ بہت مفید ہے۔

دیگر: زرد کوڑی کی راکھ بھی شہد کے ساتھ دینا مفید ہے۔

سنگرہنی

لونگ۔ موچرس۔ جائے پھل۔ افیون تین تین ماشہ سب کو عرق لیموں میں کھرل کرکے مونگ کے دانے کے برابر

گولیاں بنالیں، گائے کے گھی کے ساتھ ایک ایک گولی صبح و شام دیں اور بچوں کو نصف گولی دیں۔

سیلان الرحم (لیکوریا) جریان

نسخہ: ستاور کوٹ کر سفوف بنا کر رکھ لیں اور نہار منہ ایک تولہ کھا کر ایک پاؤ گرم دودھ پئیں۔ پندرہ دن تک۔ بہت مفید ہے مقوی بھی ہے اور ملین بھی ہے گلے دکھنے میں اس کے ٹکڑے (چھالیہ کی طرح) چباتے رہیں تو بہت مفید ہے۔ مثانے کی کمزوری کے لیے بھی مفید ہے۔

دیگر: کشتہ بیضۂ مرغ ۲-۲ رتی صبح و شام بالائی مکھن یا خمیرہ گاؤزبان کے ساتھ کھلانا مجرب ہے۔

دیگر: انار کا چھلکا ۲½ تولہ۔ مازو ایک تولہ۔ پھٹکڑی بریاں سوا تولہ۔ سب کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ صبح و شام ایک ایک ماشہ۔ دودھ کے ساتھ دیں۔

سرطان

کالی زیری پیس کر رکھ لیں۔ تین تین ماشہ دن میں تین مرتبہ کھلائیں۔

دیگر: کافور کھلائیں اور زخم ہو تو اس پر لگائیں۔ خوراک ایک رتی سے ۲ رتی تک۔

دیگر: گوکھرو تین تولہ۔ خشخاش ایک تولہ۔ مغز بادام ایک تولہ۔ سب کو پیس کر شہد میں ملا کر کھلائیں۔ یہ سب ایک دن

سفید بال آنا

ناریل کے تیل کی بوتل میں ایک تولہ چھڑ یلہ پیس کر ڈالیں اور چند روز دھوپ میں رکھیں اس تیل کے لگانے سے بال سیاہ ہو جائیں گے۔ انشاءاللہ۔
بلغم اور نزلہ پیدا کرنے والی غذاؤں سے پرہیز کریں۔ تفکرات سے بچ کر اعتدال کی زندگی گزاریں۔
اطریفل اسطخودوس ۹ ماشہ روزانہ اور دن میں دو بار بعد غذا جوارش جالینوس تین تین ماشہ میں نصف رتی کشتہ خبث الحدید کھلانے سے بھی بالوں کی سیاہی قائم رہتی ہے۔

شربت گڑھل

گڑھل کے جتنے پھول ہوں اتنے ہی نیبو کے عرق میں پھول توڑ کر رات کو بھگو دیں۔ صبح شکر کا قوام (تین گنا وزن) پانی میں یا عرق کیوڑہ اور عرق بید مشک میں تیار کریں۔ جب ٹھنڈا ہونے کے قریب ہو تو وہ نیبو والا عرق شامل کرلیں۔ بہت مفرح اور مقوی قلب ہے۔

شکم یعنی پیٹ کی ہر تکلیف کے لیے

حنظل کا پانی سو گرام۔ سونف پسی ہوئی ایک تولہ کو خوب پکائیں۔ جب پانی تھوڑا رہ جائے تو "ہڑ چھلایہ" ایک تولہ پیس کر شامل کرلیں اور پھر سب کو پکائیں۔

عورتوں کی تکلیف

عورتوں کو بندش ہوتی ہو اور اولاد نہ ہو تو

اس پانی کو تین ہفتے تک ناف سے دھاریں۔

طریقہ:
پانچ سیر پانی میں آدھا پاؤ لاہوری نمک خوب پکائیں جب پانی تین ساڑھے تین سیر رہ جائے تو ناف سے پیڑو کو دھاریں۔
تین ہفتے تک اسی طرح کریں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

دیگر: عورتوں کو زیادہ دن تک اور زیادہ مقدار میں تکلیف رہتی ہو تو انشاء اللہ یہ دوا بہت مفید ثابت ہوگی۔
دیسی مرغی کے انڈوں کا چھلکا جلائیں اور اس کے برابر مصطگی رومی پیس کر ملالیں۔ ہر روز صبح نہار منہ ایک تولہ کھا کر پانی پی لیں۔

دیگر: وقت سے پانچ دن پہلے اور پانچ دن بعد تک یہ دوا کھلائیں۔ بہت مفید ہے۔ سماق دانے کو کوٹ چھان کر رکھ لیں۔ صبح اور سوتے وقت تین تین ماشہ کھلائیں۔

دیگر: گولر کی چھال ۴ تولہ۔ بارتنگ تین ماشہ جوش دے کر پلائیں۔

دیگر: تخم املی بریاں باریک کوٹ پیس کر سفوف بنالیں اس میں تھوڑی شکر بھی ملالیں۔ چھ سے نو ماشہ تک تین دن تک نہار منہ کھلائیں۔

دیگر: ملٹھی کا چھلکا دُور کر کے سفوف بنالیں۔ ۳ تولہ میں دو ماشہ گیرو ملالیں۔ ۳-۳ ماشہ دن میں تین مرتبہ چاول کی پیچ کے ساتھ کھلائیں۔ انشاءاللہ ۵ دن میں کثرت ختم ہو جائے گی۔ بہت مفید ہے۔

دیگر: کپاس (روئی) کے پودے کی پتیاں سبز کوٹ کر ایک تولہ عرق نکالیں۔ اور تین دانے سیاہ مرچ کا سفوف اور تھوڑا گھی ملاکر نہار منہ پلائیں۔

حمل کے وقت یا جلد تکلیف ہو جاتی ہو تو اس وقت بھی مفید ہے۔

دیگر: اگر رک جائے اور جاری نہ ہوتا ہو تو نمک لاہوری تین ماشہ، شنگرف رومی تین ماشہ خوب کھرل کر کے رکھ لیں۔ ۲ رتی نیم گرم دودھ کے ساتھ دن میں دو مرتبہ کھلائیں۔ غذا میں صرف کھیر یا دودھ چاول دیں یا یہ دوا دیں مفید ہے۔

دیگر: تخم گاجر۔ تخم سویا۔ تخم اجوائن ہم وزن لے کر پیس لیں۔ ۳-۳ ماشہ کی پڑیاں بنالیں۔ ایک پڑیا ۳ تولہ گڑ کو سوا پاؤ پانی میں اتنا جوش دیں کہ نصف رہ جائے پھر چھان کر پلائیں۔

عرق النساء

ایلوا۔ ایک چنے کے برابر اکیس ۲۱ دن تک کھلائیں۔

دیگر: حرمل کے دانے پیس کر رکھ لیں تین ماشہ نہار منہ کھلائیں۔

دیگر: مغز گھیکوار ایک تولہ باریک قیمہ جیسا کر کے ایک پاؤ نیم گرم دودھ کے ساتھ صبح کھلائیں۔ اور صبح و سوتے وقت

ایک ایک تولہ معجون فلاسفہ بھی کھائیں۔

فوطہ بڑھ جانا یا ہرنیا یعنی فتق کا علاج

پانچ سیر پانی میں آدھا پاؤ لاہوری نمک خوب پکائیں۔ جب پانی تین ساڑھے تین سیر رہ جائے تو اس جگہ دھائیں۔ دو ہفتہ تک اس طرح کریں انشاء اللہ بغیر اپریشن کے ہرنیا (آنت اترنا) ٹھیک ہو جائے گا۔

عورتوں کو رکاوٹ ہو تو اس کے لیے بھی مفید ہے۔

فواق یعنی ہچکی

ٹھنڈا پانی پینے یا چھینک لینے سے جاتی رہتی ہے۔

دیگر: عرق گلاب کو گرم کرکے اس میں کالا نمک بجھا دیں۔ تھوڑا تھوڑا نیم گرم پلائیں یا کلونجی پیس کر تین ماشہ مکھن چار ماشہ کے ساتھ دیں۔

دیگر: سرکہ ایک تولہ کو قدرے پانی میں حسب ضرورت شکر ملا کر پلائیں۔

دیگر: ہلدی کی گرہ چلم میں تمباکو کی جگہ رکھ کر حقہ پینا بھی اس مرض کے لیے مفید ہے۔ یا گڑ کھا کر پانی پی لیں۔

قے بند کرنے کے لیے

زرشک۔ چھوٹی الائچی۔ انار دانہ ایک ایک ماشہ کے ساتھ ایک عدد انجیر پیس کر کھلائیں۔

دیگر: قے روکنے کا لیپ۔ گلاب ۳ ماشہ زیرہ ۲ ماشہ صندل سفید ایک ماشہ۔ طباشیر ایک ماشہ ان کو ایک یا دو تولہ عرق گلاب اور تین ماشہ سرکہ میں پیس کر فم معدہ یعنی کوڑی پر لیپ کریں۔

دیگر: لیموں کاٹ کر اس پر قدرے نمک۔ مرچ سیاہ اور شکر یا گلوکوز چھڑک کر چوسیں یا برف چوسیں۔

کتے کے کاٹنے کا علاج

پاگل کتے کے کاٹے ہوئے کو آک کے دو عدد پتے پیس کر کھلائیں خوب قے ہوگی۔ تین دن کھلائیں۔

دیگر: ببول کے سبز پتوں کا عرق تین مرتبہ ہر روز پلائیں۔ تین دن تک اس سے بھی قے ہوگی۔ مفید ہے۔

کانٹا گوشت میں پیوست ہونا

اگر گوشت میں کانٹا پیوست ہوگیا ہو اور نہ نکلتا ہو تو پھٹکری انڈے کی سفیدی میں ملا کر اس جگہ باندھ دیں۔ تھوڑی دیر میں انشاء اللہ کانٹا باہر آجائے گا۔

شیر کا بال

اگر کسی نے شیر کا بال کھا لیا ہو تو ارنڈ کے پتے پر پیشاب کرنے سے وہ پاش پاش ہو جاتا ہے۔

کدو دانے کا علاج

قلعی گر جس پانی میں برتن بجھاتا ہے وہ

پانی جمع کرلیں اور اسے چھان کر دن میں تین مرتبہ ڈھائی تولہ پلائیں۔ انشاء اللہ ایک بوتل کافی ہوگی۔

دیگر: ایک چھوارا عرق لیموں میں رات کو بھگو دیں اور صبح نہار منہ کھلائیں۔

کانچ نکلنا

برگ حب آلاس ایک تولہ۔ مازو ایک تولہ زرد ورد ایک تولہ۔ گلنار ایک تولہ۔ ایک سیر پانی میں پکائیں دن میں تین چار مرتبہ اس پانی سے روزانہ آب دست لیں۔

کان کا درد

انڈے کی سفیدی کو روغن گل میں ملا کر کان میں ڈالیں۔

دیگر: "آک زرد" کو تیل میں پکا کر کان میں ڈالیں۔

دیگر: بچوں کے کان میں گلاب کا عطر دو قطرے ٹپکائیں۔ اور یا مولی کو کوٹ کر پانی نکالیں۔ پانی کا نصف سرسوں کا تیل ملا کر اتنا پکائیں کہ صرف تیل رہ جائے۔ بوقت ضرورت دو دو قطرے نیم گرم صبح و شام ڈالیں۔

دیگر: اگر کان میں پھنسی ہو اور ورم کی وجہ سے کان بند ہو کر شدید درد ہو تو اکتھیول گلیسرین (ICTHIOL GLYCERIN) کے چند قطرے نیم گرم کر کے کان میں ڈالیں اور اگر زخم یا پیپ ہو تو کاربولک گلیسرین کے چند قطرے نیم گرم ڈال کر روئی لگائیں۔

کنٹھ مالا (خنازیر)

سانپ کی کینچلی پیس کر تیل میں ملا کر لگائیں۔ یا مندرجہ ذیل مرہم بنائیں۔

مرہم: جاوشیر ۷ ماشہ۔ زنگار ۷ ماشہ۔ بہروزہ ۷ ماشہ۔ مرکی ۷ ماشہ۔ اشق ۲ تولہ۔ زراوند طویل دو تولہ۔ تلوں کا تیل ۲۴ تولہ سب کو پیس کر سرکہ میں بھگو دیں اور چار تولہ موم پگھلا کر ملا دیں۔ پھر سب کو ایک ہفتے کے لیے زمین میں دفن کر دیں۔ مرہم بن جائے گا۔

دیگر: اگر گلٹیوں سے مواد نکل رہا ہو تو چھپکلی کا تیل لگایا جائے۔ ایک چھپکلی، روغن سرسوں ۵ تولہ میں جلائیں۔ جب خوب جل جائے تو چھپکلی کو پھینک دیں اور تیل گلٹیوں پر لگائیں۔

کالی کھانسی

اجوائن خراسانی۔ زعفران ایک ایک ماشہ۔ تخم کاہو گوند ببول۔ ملہٹی۔ کندر۔ کتیرا گوند۔ مرکی۔ بہدانہ ہر ایک تین تین ماشہ۔ افیون ۴ رتی۔ سب کو باریک کرکے گولیاں بقدر دانہ مونگ بنالیں۔ تین تین گھنٹے بعد ایک ایک گولی نیم گرم پانی میں حل کرکے دیں۔ کالی کھانسی کے لیے بہت مفید اور مجرب ہے۔

دیگر: گیہوں ۲ تولہ۔ قند سیاہ (گڑ) ۲½ تولہ۔ نمک لاہوری، ایک تولہ۔ سکورہ گلی (مٹی کے سکورہ) میں منہ بند کر کے دس سیر اُپلوں میں آگ دیں۔

خوراک: بڑے کو صبح شام ایک ایک ماشہ اور چھوٹے بچے کو ایک ایک رتی ماں کے دودھ میں دیں۔

گوھانجنی

لونگ، اور ہلدی برابر وزن پیس کر لیپ کریں۔

دیگر: قدرے صندل صاف پتھر پر گھس کر لیپ کریں۔

دیگر: لونگ اور چھوہارے کی گٹھلی گھس کر لیپ کریں لیکن احتیاط رکھیں کہ اوپر لگے، آنکھ میں نہ جانے پائے۔

دیگر: بورک ایسڈ یا نیم کے پانی سے ٹکور کریں۔

گنج

سہاگہ بریاں ایک تولہ۔ کمیلہ ۲ تولہ دونوں کو پیس کر دُھلے ہوئے گھی میں ملا کر لگائیں۔

دیگر: پکا ہوا کیلا دھلے ہوئے گھی میں ملا کر لگائیں۔

گردے کی کمزوری

گردے کی کمزوری ہو یا بار بار پیشاب آتا ہو تو ناریل۔ مغز فندق۔ مغز پستہ۔ مغز اخروٹ، مغز بادام دو دو تولہ پیس کر بیس تولہ شہد میں ملا لیں۔ ۲ تولہ صبح کھا کر ایک پاؤ گرم دودھ پی لیں۔

گلا آجانا

(کوا لٹک جانا) یا گلے کے غدود بڑھ جانا۔ مغز املتاس ۵ تولہ یا اس میں ثابت مسور ایک تولہ شہتوت کے پتے ۵ تولہ۔ ½ ۱ سیر پانی میں پکا کر رکھ لیں۔ دن میں دو تین بار گرم پانی چھان کر غرغرے کریں۔

گلا بیٹھ جانا

پوست خشخاش اور اجوائن برابر لے کر پانی میں اُبال کر غرغرے کریں۔

لکنت

عقرقرحا۔ یا وج منہ میں رکھنا بہت مفید ہے۔

دیگر: تین دن اور تین رات تک بالکل بات نہ کریں۔ تو انشاء اللہ لکنت دور ہو جائے گی۔

گلے کی بیماریوں میں

پھٹکڑی بریاں کا غرغرہ بہت مفید ہے گلے کی ہر بیماری کے لیے بے حد مفید ہے۔

دانتوں کے لیے ــــ منجن

(۱) بھنی ہوئی پھٹکڑی
(۲) بھنی ہوئی چھالیہ
(۳) کتھا سفید (۴) نمک لاہوری (۵) سیاہ مرچ (۶) مصطگی رومی

مصطگی رومی کو علیحدہ کھرل کر کے سفوف بنائیں اور دوسری ادویہ کے سفوف میں ملائیں۔ ہلتے ہوئے دانت اور مسوڑھوں کی ہر تکلیف میں نہایت مفید ہے۔ ہمیشگی کرنے سے دانت مضبوط رہیں گے۔

دیگر: ترپھلا۔ ترکٹا۔ چاروں لون تبنگ
دانت بجر سو جائیں مازو پھل کے سنگ

ترپھلا (ہلیلہ۔ بلیلہ۔ آملہ) ترکٹا (سیاہ مرچ۔ فلفل دراز۔ سونٹھ) سب برابر لیں (تبنگ سے دانت کالے ہو جاتے ہیں اس لیے نہ ملائیں)

ھدایت : یاد رہے کہ دانتوں کا برش بے حد مضر ہے ہرگز استعمال نہ کریں۔

منجن : پاکستان میں یہ واحد منجن مشہور ہے۔
سونٹھ ایک تولہ۔ مازو پھل ۴ عدد۔ لاہوری نمک ۱/۲ چھٹانک گیرو آدھا پاؤ۔ کھریا مٹی آدھا پاؤ۔ تمباکو خوردنی دو پتے سب کو پیس کر رکھیں۔

ملیریا بخار برگ ریحان یعنی "تلسی" کی سات پتیاں اور سات دانے سیاہ مرچ پیس کر دن میں تین مرتبہ پلائیں۔ ایک ہی دن میں انشاء اللہ آرام ہو جائے گا۔

موتی جھرا اور ہر قسم بخار سونف۔ کاسنی۔ مکوہ۔ ملہٹی تین تین ماشہ۔ ۲۰ تولہ پانی میں جوش دیں۔ جب نصف رہ جائے تو چھان کر پلائیں۔ اسی کو دوسری بار بھی جوش دے سکتے ہیں

منہ کے چھالے برگ گاؤزبان توے پر جلا کر لگائیں۔

منہ کی بدبو گلاب کے پھول۔ صندل سفید۔ صندل سرخ۔ پودینہ دیسی، بالچھڑ۔ جاوتری چھ چھ ماشہ۔ دو گلاس پانی میں جوش دے کر دن میں تین بار کلیاں کریں۔

مرگی اور ہسٹیریا

ہینگ ایک چنے برابر نہار منہ اور سوتے وقت کھلائیں۔ کم از کم تین ماہ تک دیں بہت مفید ہے۔

دیگر: سرس کی پھلیاں لمبی اور چپٹی ہوتی ہیں۔ اس کے اندر بیج (تخم) ہوتے ہیں۔ وہ پیس کر رکھ لیں۔ مرگی اور ہسٹیریا کے مریض کو کم از کم ایک مرتبہ ہر روز سونگھائیں۔

دیگر: سہاگہ ۵ رتی۔ کافور۔ اجوائن ایک ایک رتی ایسی تین پڑیاں روزانہ دیں۔

دیگر: جب اونٹ چھینکتا ہے تو اس کی ناک سے چھوٹے چھوٹے کیڑے جھڑتے ہیں۔ وہ جمع کر کے خشک کر لیں اور ان کے برابر سیاہ مرچ پیس کر ملائیں۔ اس کو سنگھانا بھی بہت مفید ہے۔ اگر دورے بڑھ جائیں تو دوا نہ چھوڑیں۔ دورے کا بڑھ جانا شفا کی علامت ہے۔

دیگر: کچھوے کے خون میں جو کا آٹا ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک ایک گولی صبح و شام چالیس دن تک دیں۔

مرگی کے مریض کے گلے میں ہینگ اصلی یا جائفل لٹکانا یا عود صلیب لٹکانا بالخاصیت نافع ہے۔ حفظ ماتقدم کے طور پر دورے کا احساس ہوتے ہی مریض اچھلنا کودنا شروع کر دے۔ یا مریض کو قے کرا دی جائے اور مریض کی بندشوں کو ڈھیلا کر دیا جائے کروٹ سے لٹائیں اور سر اونچا رکھیں۔ چہرے پر سرد پانی کے چھینٹے ماریں۔ دانتوں کے درمیان کارک یا کپڑا رکھ دیں۔ سونگھنے کو چند بیت ...

یا مرچ سیاہ میں سے جو مل جائے پیس کر ناک میں ٹپکائیں۔

ہر قسم کے پھوڑے اور ناسور کے لیے

موم ایک تولہ۔ کافور ۶ ماشہ۔ سفیدہ کاشغری ۲ تولہ۔ روغن گل ۵ تولہ۔ دو انڈوں کی سفیدی مردار سنگ ایک تولہ (روغن گل نہ مل سکے تو تلوں کا تیل لیں) پہلے کافور۔ سفیدہ اور مردار سنگ پیس کر رکھ لیں۔ موم کو تیل میں پکائیں۔ جب کڑکڑانے لگے تو اتار کر رکھ لیں۔ اور کافور سفیدہ۔ مردار سنگ کا سفوف ملا دیں اور لکڑی سے ہلائیں۔ جب وہ اچھی طرح مل جائیں تو پھر انڈوں کی سفیدی ملا دیں۔ بہت مفید ہے۔ اس کو مرہم کافوری بھی کہتے ہیں۔ اور یہ بواسیر میں بھی بہت مفید ہے۔ ورم کو تحلیل کرتا ہے۔ زخم کی سوزش و جلن کو دور کرتا ہے۔

معدہ اور آنتوں کا زخم و مروڑ

گوند ببول اصلی اور رال سفید ہم وزن پیس کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنالیں۔ دن میں تین مرتبہ دو دو گولیاں کھلائیں۔

معجون درد معدہ اور اشتہا کے لیے

پودینہ خشک کریسی دانہ الائچی خورد۔ پوست ترنج (سنگترہ کا چھلکا) گل سرخ۔ پوست بیرون پستہ۔ ساذج ہندی (تیج پات یا تیز پات) ناگرموتھا۔ سب گیارہ گیارہ

ماشہ اس کے ساتھ طباشیر۔ زرشک۔ مصطگی۔ اگر غرقی (عود غرقی) ڈیڑھ ڈیڑھ تولہ اور مرچ سیاہ ۴ ماشہ۔ لونگ ۲ ماشہ۔ مربہ آملہ ۴۴ دانے۔ مربہ ہلیلہ ۱۲ دانے۔ مربہ بہی ۴ دانے عرق گلاب نصف سیر۔ عرق کیوڑہ نصف سیر۔ شربت انار شیریں نصف سیر۔ شربت انار ترش نصف سیر۔ عرق لیموں کاغذی ۹ تولہ۔ عرق بجوڑا (الیا لیموں) ۱۰ تولہ۔ شکر ایک سیر میں پکا کر معجون جیسی بنائیں۔ خوراک ایک تولہ سے ۲ تولہ تک۔

دیگر: کلونجی آٹھ دانے صبح نہار منہ پانی کے ساتھ کھا لینے سے بہت سے امراض کا دفعیہ ہو جاتا ہے مقوی بھی ہے۔ حدیث شریف میں اس کی تعریف آئی ہے

مقوی معدہ: عود ۵ تولہ۔ لونگ ایک تولہ۔ سنبل الطیب (بالچھڑ) ایک تولہ۔ زرشک ایک تولہ۔ ڈیڑھ پاؤ شکر کے قوام میں عرق لیموں ۱۲ تولے کے ساتھ سب کو پکا کر معجون بنائیں۔ خوراک ایک تولہ۔

دیگر: مصطگی ایک تولہ۔ دانہ بڑی الائچی ۳ تولہ۔ گلقند ۴ تولہ۔ سنگدانہ مرغ ۹ ماشہ۔ دھنیے کی گری (مغز دھنیا) ۲ تولہ۔ سب دواؤں کا سفوف کر کے گلقند میں پیس لیں۔
خوراک ایک ایک تولہ صبح و شام

مقوی: ایک انڈے کی زردی۔ دو چمچی شہد۔ دو چمچی روغن زیتون کو ایک پاؤ گرم دودھ میں ملا کر ہر روز پی لیا کریں موافق آجائے تو دو زردیاں بھی شامل کر سکتے ہیں۔

معجون زنجبیل: سونٹھ پسی ہوئی ۵ تولہ۔ گھی ۵ تولہ۔ دودھ تین پاؤ۔ شکر ایک پاؤ سب کو ملا کر خوب

پکائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو اسگند ایک تولہ۔ فلفل دراز ایک تولہ۔ ستاور ایک تولہ۔ دانہ بڑی الائچی ۱/۲ تولہ اور دار چینی پاؤ تولہ پیس کر ملا دیں۔

خوراک ایک تولہ۔

نکسیر

بیخ انجبار کوٹ کر۔ ملتانی مٹی ایک ایک تولہ کو پاؤ بھر پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح نہار منہ اس کا نتھرا ہوا پانی پی لیا کریں۔

نارو: کافور ۲ ماشہ ایک پان پوری میں ڈال کر کھلائیں ایک ہفتہ تک اسی طرح پان پوری کھلائیں۔

ولادت میں سہولت

جدوار ۴ رتی۔ پانی میں گھس کر پلا دیں اور اسی کے پانی میں کپڑا تر کر کے آنکھوں پر رکھ دیں۔ انشاء اللہ فوراً فراغت ہو گی ـــ اگر پیٹ میں بچہ مر گیا ہو تب بھی بہت مفید ہے۔ چھ رتی دے دیں۔ یہ تعویذ امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ کا ہے اسے لکھ کر بائیں ران پر باندھ دیں۔

۲	۷	۶
۹	۵	۱
۴	۳	۸

۴	۹	۲
۳	۵	۷
۸	۱	۶

ح	ج	د
۱	ک	ط
و	ز	ب

وجع مفاصل (جوڑوں کا درد)

تخم دھتورہ ایک چھٹانک پیس کر ایک چھٹانک پارہ میں ملالیں اور ہر روز ایک تولہ سیاہ تلوں کے تیل میں ان کو کھرل کریں۔ اکیس دن میں ۲۱ تولہ تیل کھرل کر ڈالیں۔ جس جگہ یہ لگایا جائے انشاءاللہ ذرا دیر میں درد نکل جائے گا۔

دیگر: ہالون۔ اجوائن۔ کلونجی۔ میتھی دانہ ہم وزن پیس لیں۔ نو ماشہ سفوف سوتے وقت پانی سے کھائیں۔ یا چاروں دواؤں کو ثابت ہم وزن ملا کر رکھیں اور ایک تولہ کھائیں۔

ہاضمہ اور قبض

ایلوا۔ مصطگی۔ عصارہ ریوند برابر برابر لے کر پانی میں پیس لیں اور سیاہ مرچ کے برابر گولیاں بنالیں۔ قبض والے کو ایک گولی اور درد معدہ والے کو دو گولیاں نیم گرم پانی کے ساتھ دیں۔

دیگر: چھوٹی ہڑ۔ سفید زیرہ۔ سونف۔ نمک لاہوری ہم وزن کوٹ کر رکھ لیں۔ کھانے کے بعد چھ ماشہ کھائیں۔

دیگر: نمک سیاہ ایک تولہ۔ سیاہ مرچ ایک تولہ نوشادر ایک تولہ۔ قلمی شورہ ایک تولہ۔ اجوائن دیسی ایک تولہ کھانے کا سوڈا دو تولہ۔ ست پودینہ (پیپرمنٹ) ڈیڑھ ماشہ سب کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔

خوراک چار رتی سے ایک ماشہ تک بعد غذا۔

دیگر: جی متلانا اور قے کو بھی مفید ہے۔
سونف ایک تولہ۔ سونٹھ ایک تولہ۔ بڑی الائچی کے چھلکے یا دانے ایک تولہ۔ پودینہ دیسی چھ ماشہ۔ کالا نمک ۶ ماشہ۔ سب کو کوٹ پیس کر سفوف بنا لیں۔ بعد غذا ۳ ماشہ کھائیں اور اگر ہاضمہ بگڑا ہوا ہو تو یہ چورن کھا کر اوپر سے لوہے کا بجھا ہوا پانی پی لیں۔

دیگر: بچوں کے اور دستوں کو بند کرنے کے لیے لیموں کے بیج بہت مفید ہیں۔ اگر انہیں ہلکا سا بھون لیا جائے تو اور مفید ہو جاتے ہیں۔ دو تین بیجوں کا مغز پانی میں پیس کر قند سفید یا گلوکوز سے میٹھا کر کے تھوڑا تھوڑا پلائیں۔

ہونٹ (لبوں کی خشکی)

مغز بادام گھس کر یا پیس کر لگائیں۔

یرقان

گلقند ہر ناشتے اور کھانے کے بعد ایک تولہ سے دو تولہ تک کھائیں۔

دیگر: کچھوے کی ہڈی گھس کر چٹائیں۔

دیگر: زرد کوڑی خوب جلائیں اور پیس کر رکھ لیں۔ عمر کے لحاظ سے تین رتی سے تین ماشہ تک شہد میں ملا کر کھلائیں۔

اشاعت اوّل جولائی ۱۹۸۴ء

سفر میں ذکر کی فضیلت

○ جو شخص اپنے سفر میں تنہائی کے وقت اللہ تعالیٰ کے دھیان اور اس کے ذکر میں مشغول رہتا ہے تو اللہ تعالیٰ ایک فرشتہ اس کا ہمسفر فرما دیتے ہیں اور جو شعر و شاعری و غیرہ خرافات میں مصروف رہتے ہیں اللہ تعالیٰ انکے پیچھے شیطان لگا دیتے ہیں۔ (حصن حصین)

○ احمد کی حدیث کا مفہوم ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص تین مرتبہ "اللہ اکبر" "الحمد للہ" "سبحان اللہ" "لا الٰہ الا اللہ" پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کی طرف رحمت کیساتھ متوجہ ہوگا اور اس کے فعل پر اللہ تعالیٰ بہت ہی راضی ہوتا ہے۔

○ حصن حصین میں ہے جب سواری پر بیٹھ جائے تو تین مرتبہ "اللہ اکبر" کہے اور یہ دعا پڑھے۔ سُبْحَانَ الَّذِیْ سَخَّرَ لَنَا ھٰذَا وَمَا کُنَّا لَہٗ مُقْرِنِیْنَ وَاِنَّا اِلٰی رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُوْنَ (پاک ہے وہ ذات جس نے اس (سواری) کو ہمارے قابو کر دیا (ورنہ) ہم اس کو اپنے قابو میں نہیں لا سکتے تھے اور بے شک ہم اپنے پروردگار کے پاس ضرور لوٹ کر جائیں گے)۔

○ بلندی پر چڑھے تو "اللہ اکبر" اور جب اوپر سے نیچے اترے (یعنی اونچائی سے) تو "سبحان اللہ" جب کسی وادی (کھلے میدان) میں پہنچے تو لا الٰہ الا اللہ اور اللہ اکبر کہے اور اگر سواری کے جانور کو ٹھوکر لگے [illegible] تو فوراً "بسم اللہ" کہے ...

رات کو سوتے وقت کے عملیات

حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے ارشاد فرمایا کہ اے علیؓ رات کو روزانہ پانچ کام کر کے سویا کرو۔

(۱) چار ہزار دینار صدقہ دے کر سویا کرو۔

(۲) ایک قرآن شریف پڑھ کر سویا کرو

(۳) جنت کی قیمت دے کر سویا کرو۔

(۴) دو لڑنے والوں میں صلح کرا کر سویا کرو

(۵) ایک حج کر کے سویا کرو۔

حضرت علیؓ نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ یہ امر محال ہے مجھ سے کب بن سکیں گے

پھر حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:-

(۱) چار مرتبہ سورۃ فاتحہ یعنی اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ پڑھ کر سویا کرو اس کا ثواب چار ہزار دینار صدقہ دینے کے برابر تمہارے نامۂ اعمال میں لکھا جائے گا۔

(۲) تین مرتبہ قل ھو اللہ پڑھ کر سویا کرو ایک قرآن مجید پڑھنے کے برابر ثواب ملے گا

(۳) تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر سویا کرو، جنت کی قیمت ادا ہوگی۔

(۴) دس مرتبہ استغفار پڑھ کر سویا کرو، دو لڑنے والوں میں صلح کرانے کے برابر ثواب ملے گا

(۵) چار مرتبہ تیسرا کلمہ پڑھ کر سویا کرو ایک حج کا ثواب ملے گا۔

اس پر حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے عرض کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اب تو میں یہی عملیات کر کے سویا کروں گا۔

صدیقی ٹرسٹ
صدیقی ہاؤس المنظر اپارٹمنٹس
۳۵۸ گارڈن ایسٹ نزد سبیل ... کراچی ۷۴۸۰۰

دُعا

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا اِنْ نَّسِیْنَا اَوْ اَخْطَاْنَا

اے ہمارے رب، اگر ہم بھول جائیں یا چوک جائیں تو ان گناہوں پر ہماری گرفت نہ فرما

رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَیْنَا اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ

اور اے ہمارے رب، ہم پر ویسا بوجھ نہ ڈال جیسا تو نے ان لوگوں پر ڈالا

عَلَى الَّذِیْنَ مِنْ قَبْلِنَا

جو ہم سے پہلے ہو گزرے ہیں

رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖ

اور اے ہمارے رب، ایسا بوجھ ہم سے نہ اٹھوا جسکے اٹھانے کی طاقت ہم میں نہیں ہے

وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا

اور ہماری خطاؤں سے درگزر فرما، اور ہم کو بخش دے اور ہم پر رحم فرما

اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكٰفِرِیْنَ ○

تو ہی ہمارا کارساز ہے پس کافروں کے مقابلے میں ہماری مدد فرما۔

ہمیں توبہ کی توفیق عطا کر دے

ہماری خطاؤں کو اپنی رحمتوں سے ڈھانپ لے

صدیقی ٹرسٹ

[illegible]

[illegible]